

Intitulé du plat			Type de plat		
Magret de canard aux cerises et porto {i.s.j}					
Fiche technique de fabrication-bon économat.					
N° de référence				Nombre de couverts	
				4	
Denrées	Unité	Qté	N°	Phases techniques	Temps
Magrets de canard	Pc	2 à 3	1.1	<ul style="list-style-type: none"> Tailler un quadrillage sur la peau (gras) des magrets. Dorer la peau des magrets sans matière grasse pour réduire la graisse. 	
Bocal de cerises griottes au sirop	Gr	500			
Fond de veau lié ou volaille	Cl	50	1.2	<ul style="list-style-type: none"> Les assaisonner. Saisir l'autre face des magrets dans la poêle. 	
Porto rouge	Cl	10			
Sel, poivre du moulin		Pm	1.3	<ul style="list-style-type: none"> Dès qu'ils sont correctement saisis, les retirer de la poêle et les réserver. Dégraissier 	
			1.4	<ul style="list-style-type: none"> Déglicer ensuite la poêle avec les cerises griottes avec un peu de leur sirop. (Réserver le reste du sirop). 	
			1.5	<ul style="list-style-type: none"> Faire chauffer à feu doux pendant 3 mn, en remuant régulièrement. Réserver au chaud, dans la poêle. 	
			1.6	<ul style="list-style-type: none"> Verser ensuite le jus de veau ou de canard ou de volaille dans une sauteuse. 	
			1.7	<ul style="list-style-type: none"> Ajouter un ½ verre de porto et ½ verre du sirop de griottes. Remuer le mélange lentement en utilisant une spatule et laisser réduire la préparation jusqu'à l'obtention d'une sauce sirupeuse. 	
			1.8	<ul style="list-style-type: none"> Remettre au four les magret 5 min. 	
			1.9	<ul style="list-style-type: none"> Les escaloper et en garniture mettre les cerises en sauce. 	
			1.10		
Schéma ou dessin ou photo					
					